

Согласовано:
Директор МБОУ ОУ
В.В. Сорокин
2023 г.

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания
Н.А. Ушакова
2023 г.

**Меню (О.АР)
28.02.2023**

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод.ы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой
Завтрак для 1-4 классов (152.05)							
15/2007	Сыр	20	4,64	5,90		72,00	нет
161/2007	Каша молочная из манной крупы с маслом сливочным (крупа манная, масло сливочное, молоко, сахар, соль)	210	6,11	10,72	32,36	251,00	варка
382/2016	Какао с молоком (какао порошок, молоко, сахар)	200	4,08	3,54	12,59	98,65	варка
338/2016	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
ГОСТ 31805-2016	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,40	70,50	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		19,53	21,01	75,98	578,65	
Завтрак для 5-11 классов (223.97)							
15/2007	Сыр	30	5,96	8,85		108,00	нет
265/2007	Плов из говядины (говядина с/м, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	275	27,48	26,76	53,16	536,37	варка
382/2016	Какао с молоком (какао порошок, молоко, сахар)	200	4,08	3,54	12,59	98,65	варка
338/2016	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
ГОСТ 31805-2016	Хлеб пшеничный	220	3,60	0,40	18,32	94,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		44,46	40,07	101,59	822,92	
Обед для 1-4 классов (228.10)							
150/2021	Икра кабачковая	60	0,90	4,20	4,20	58,20	нет
35/2001	Свекольник (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, свекла, сметана, соль, томатная паста)	250	1,93	6,34	10,05	104,00	варка
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
319/455/2 003	Тфтели мясные школьные (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, мясо б/к с/м, соль, томатная паста, хлеб пшеничный)	110	9,94	11,57	11,66	190,28	запекание
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	150	8,60	8,09	36,64	243,75	варка
384/2003	Компот из вишни свежемороженой с вит. С (вишня с/м, кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар)	200			14,97	56,05	варка
ГОСТ 31805-2016	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		28,06	29,95	109,58	817,73	
Обед для 5-11 классов (245.89)							
150/2021	Икра кабачковая	100	1,00	7,00	7,00	97,00	нет
35/2001	Свекольник (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, свекла, сметана, соль, томатная паста)	250	1,93	6,34	10,05	104,00	варка
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
319/455/2 003	Тфтели мясные школьные (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, мясо б/к с/м, соль, томатная паста, хлеб пшеничный)	150	12,54	14,73	15,28	244,03	запекание
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	180	10,32	7,31	46,37	292,50	варка
384/2003	Компот из вишни свежемороженой с вит. С (вишня с/м, кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар)	200			14,97	56,05	варка
ГОСТ 31805-2016	Хлеб пшеничный	220	4,74	0,67	26,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	220	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		35,39	37,66	139,48	1037,18	
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
373/336/2 015	Яблоки, фаршированные творогом (яблоки, сахар, творог, яблоки, ванильный порошок)	100	10,07	1,03	25,54	149,37	запекание
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай ароматизированный)	200/15	0,07	0,02	15,00	80,00	варка
	Итого:		16,14	1,05	40,54	209,37	
Полдник для 5-11 классов (49.78)							
373/336/2 015	Яблоки, фаршированные творогом (яблоки, сахар, творог, яблоки, ванильный порошок)	150	15,10	1,54	38,31	224,05	запекание
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай ароматизированный)	200/15	0,07	0,02	15,00	80,00	варка
	Итого:		16,17	1,56	53,31	284,05	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог: _____
Ведущий специалист отдела бухгалтерии: _____
Заведующий производством: _____

Соловьев
В.В. Сорокин
К.А. Федорова